



Резникова С.Ю.

Меню Приятного аппетита!

05.02.2025

Выход (г)	Наименование блюда	Калорийность (ккал)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак 1-4 классы</u>			
200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-147	53-13
180	Макаронны с сыром	Калорийность-255	43-98
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	5-85
45	Батон витаминизированный "	Калорийность-130	5-68
Итого за Завтрак 1-4 классы		Калорийность-584	108-64
<u>Комплекс 5-11 классы (базовый)</u>			
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-219	50-89
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-37
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (базовый)		Калорийность-708	128-56
<u>Обед 5-11 классы</u>			
30/30	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	31-21
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч).	Калорийность-155	33-57
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180	Булгур с овощами	Калорийность-219	23-35
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	21-74
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед 5-11 классы		Калорийность-1 048	192-84
<u>Комплекс 5-11 классы (№2)</u>			
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-219	50-89
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-37
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 5-11 классы (№2)		Калорийность-708	128-56
<u>Обед для групп продленного дня</u>			
250	Суп картофельный с макаронными изделиями (о. ч)	Калорийность-115	17-84
50/35	Гуляш из свинины.	Калорийность-334	63-06
160	Булгур с овощами	Калорийность-194	20-94
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Обед для групп продленного дня		Калорийность-887	118-98
<u>Полдник для групп продленного дня</u>			
120/20	Запеканка морковная со сгущенным молоком (о. ч)	Калорийность-298	42-01
200	Какао с витамином С "Витошка"	Калорийность-97	21-34
75	Ватрушка "Солнечная" (о.ч.)	Калорийность-211	18-13
Итого за Полдник для групп продленного дня		Калорийность-606	81-48

(2 смена) Обед 1-4 классы

200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
150	Булгур с овощами	Калорийность-182	19-64
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 1-4 классы			Калорийность-1 001 162-95

Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)

200	Йогурт питьевой (в индивид. упаковке)	Калорийность-147	53-13
180	Макаронны с сыром	Калорийность-255	43-98
200/7	Чай с лимоном	Калорийность-53	5-85
45	Батон витаминизированный"	Калорийность-130	5-68
200/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, курой (о. ч.)	Калорийность-123	29-89
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
150	Булгур с овощами	Калорийность-182	19-64
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
120	Мандарины свежие	Калорийность-119	30-00
36	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-86	3-11
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за Комплекс 1-4 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 586 271-59

Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)

100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180/45	Булгур с овощами /Огурец свежий 180/45	Калорийность-219	50-89
200	Чай черный с шиповником	Калорийность-68	8-25
16	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-38	1-37
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч.)	Калорийность-155	33-57
50/200/30	Азу из филе кури/Огурец свежий 250/30 (о.ч.)	Калорийность-313	120-19
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	21-74
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
38	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-90	3-31
Итого за Комплекс 5-11 классы (завтрак и обед)			Калорийность-1 515 321-40

(2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)

30/30	Нарезка овощная (огурцы, помидоры)	Калорийность-20	31-21
250/10	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой (о. ч.)	Калорийность-155	33-57
100	Гуляш из свинины	Калорийность-334	66-28
180	Булгур с овощами	Калорийность-219	23-35
200	Компот из кураги	Калорийность-109	12-26
150	Яблоко свежее	Калорийность-90	21-74
30	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	Калорийность-71	2-66
20	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	Калорийность-50	1-77
Итого за (2 смена) Обед 5-11 классы (базовый)			Калорийность-1 048 192-84

Блюда готовят повара:

супы, холодные закуски, гарниры, напитки - _____

мясные блюда - _____

мучные изделия - _____

Завпроизводством - _____

Бухгалтер-калькулятор - _____